DISSERTATION

N° 126.

SUR

LE MAL DE MER;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 16 juillet 1832, pour obtenir le grade de Docteur en médecine;

PAR CONSTANTIN GAUDON, né au Blanc,

Département de l'Indre;

Bachelier ès-lettres et ès-sciences; attaché en 1830 à l'armée expéditionnaire d'Afrique.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n°. 13.

1832.

FACULTE DE MEDECINE DE PARIS.

Professeurs.

M. ORFILA, Doyen.	Messieurs.
Anatomie	CRUVEILHIER, *Examinateur.*
Physiologie	BÉRARD.
Chimie médicale	ORFILA, *Suppléant.*
Physique médicale	PELLETAN.
Histoire naturelle médicale	RICHARD.
Pharmacie	DEYEUX.
Hygiène	DES GENETTES.
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. / JULES CLOQUET.
Pathologie medicale	DUMÉRIL. / ANDRAL.
Pathologie et thérapeutique générales	BROUSSAIS.
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière médicale	ALIBERT, *Président.*
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	MOREAU.
Clinique médicale	FOUQUIER. / BOUILLAUD, *Examinateur.* / CHOMEL.
Clinique chirurgicale	BOYER. / DUBOIS. / DUPUYTREN. / ROUX, *Examinateur.*
Clinique d'accouchemens	.....

Professeurs honoraires.

MM. DE JUSSIEU, LALLEMENT.

Agrégés en exercice.

Messieurs	Messieurs
Baudelocque.	Gerdy.
Bayle.	Gibert.
Blandin.	Hatin, *Examinateur.*
Bouvier.	Lisfranc, *Examinateur.*
Briquet.	Martin Solon.
Brongniart.	Piorry.
Cottereau.	Rochoux.
Devergie.	Sandras.
Dubled.	Trousseau.
Dubois, *Suppléant.*	Velpeau.

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, qu'elle n'entend leur donner ni approbation, ni improbation.

AUX MÂNES

DE MA MÈRE.

A MON PÈRE.

A MA FEMME.

C. GAUDON.

DE MA MÈRE.

A MON PÈRE.

A MA FEMME.

DISSERTATION

SUR

LE MAL DE MER.

On a donné le nom de *mal de mer* à l'ensemble des symptômes, au malaise général qu'éprouvent les personnes qui naviguent pour la première fois, ou qui n'ont pas l'habitude de voyager sur mer. La dure expérience que j'en ai faite me donne l'avantage de décrire avec exactitude cette affection : puissent les moyens que j'ai employés pour m'en préserver dans une seconde traversée, et que j'indiquerai plus tard, être de quelque utilité à ceux que leur position sociale contraindra d'en faire la triste épreuve!

Décrire cette maladie, en rechercher les causes, indiquer les prédispositions qu'on peut y apporter, en exposer le traitement, telle est la tâche que je m'impose.

Puis-je mieux tracer le tableau de cette affection qu'en rapportant fidèlement toutes les angoisses que j'ai moi-même endurées? Ce fut le 11 mai 1830, vers les six heures du soir, que je vis s'éloigner de moi pour la première fois les côtes de France. Je ne parlerai pas de ce sentiment profond qui brise le cœur et jette l'âme dans l'abattement, lorsque l'on quitte avec sa patrie les personnes qui nous sont chères. C'est dans ce moment que la nature parle fortement à l'homme; elle

fait entendre sa voix même au plus insensible; et quel est celui qui n'a pas essuyé quelques larmes !... A peine, sorti de la rade, le vaisseau cinglait-il en pleine mer que, les yeux fixés sur la côte, je me sentis un embarras dans le cerveau, un trouble dans la vue, et je commençai à avoir des étourdissemens. Bientôt des bouffées de chaleur me montent au visage, courent dans tous mes membres. L'air fraîchissait; son impression, jointe à cette chaleur intérieure, me causait je ne sais quelle sensation difficile à décrire. Une pesanteur incommode se déclare à l'épigastre, des nausées surviennent, ma bouche se remplit de salive; la céphalalgie est intense. Je résistai d'abord à ce malaise; mais les symptômes ne tardèrent pas à devenir plus forts; de plus, une cardialgie, des tiraillemens d'estomac insupportables s'emparent de moi; la violence des douleurs m'enlève toute énergie; une sueur froide coule de mon front; je me sentais comme anéanti : tout à coup une contraction convulsive de l'estomac se produisit, et je rejetai avec une facilité surprenante tout ce que j'avais pris. Au moment où les vomissemens eurent lieu, mes mains se cramponnèrent au premier objet qui se présenta; il me semblait que mon corps n'avait d'autre appui que ce point, et je m'y tins fixé jusqu'à ce qu'ils eussent cessé.

Alors succéda un état de bien-être que l'on n'éprouve dans aucune autre circonstance. La congestion se dissipe, on semble revenir à la vie, la vue s'éclaircit, les nausées, les tiraillemens d'estomac disparaissent, et l'on voit sourire et parler celui qui, quelques instans auparavant, n'osait ouvrir la bouche pour proférer une seule parole. Mais cet état ne dura chez moi que quelques minutes; la gêne épigastralgique, les nausées, les vomissemens reparurent avec plus d'intensité, et plus pénibles que précédemment. Cette fois, ils ne furent pas suivis de ce soulagement que je viens de dépeindre; les vertiges se continuèrent, mes jambes pouvaient à peine me soutenir, mon estomac se soulevait à chaque instant, et ce fut avec bien des difficultés que, m'accrochant aux cordages, je pus me transporter dans l'entrepont et me coucher dans un hamac. Là, j'éprouvai encore quelques nausées entretenues par le balancement qu'imprime à cette

espèce de couche le mouvement du vaisseau. J'eus quelques frissons, mais le sommeil ne tarda pas à s'emparer de moi, et se prolongea jusqu'à quatre ou cinq heures du matin. A mon réveil, je ne ressentais aucun malaise; je voulus alors monter sur le tillac pour y prendre l'air, je ne pus y rester : les nausées reparurent, et je fus obligé de retourner me coucher. La crainte que j'avais de vomir me fit refuser dans la journée tout aliment; je me contentai de prendre de temps à autre, pour satisfaire ma soif, quelques gorgées de limonade dont je me trouvais bien. On essaya de me faire prendre du vin; mais cette boisson, même mélangée d'eau, ne faisait qu'entretenir cette disposition que j'avais aux nausées. Le soir, nous arrivâmes à la hauteur des îles Baléares.

C'était là le terme de mes souffrances; mon cœur s'ouvrait déjà au doux espoir de prendre bientôt terre pour me remettre de mes fatigues; mais un orage épouvantable se déclara dans la nuit, et nous repoussa de la côte vers la pleine mer, que nous fûmes obligés de tenir durant cinq jours. Pendant quatre jours, je ne pus sortir de l'entrepont d'où s'exhalait une odeur infecte, et où l'air ne pouvait circuler, quoique l'on eût placé quelques ventilateurs. J'éprouvai alors de violentes nausées que je modérais en tenant les yeux fermés à la lumière et en cherchant le sommeil. Dans la journée du 15, et surtout la nuit du 15 au 16, le vent devint si véhément, la mer si houleuse, que les vagues roulaient sur le pont; l'on fut obligé d'abattre les voiles et de fermer l'entrepont; le navire était tellement ballotté par la vague en furie, que les matelots ne pouvaient manœuvrer. Nous restâmes quelque temps pour ainsi dire abandonnés au gré des flots : la consternation s'empara alors de tous; la vue d'un véritable danger nous remplit d'effroi; chacun de nous s'attendait à chaque instant à voir la mer s'entr'ouvrir pour nous engloutir dans son sein. Mon esprit était plongé dans ces idées, mon imagination frappée me mettait sans cesse une mort horrible devant les yeux. Alors je pus sentir la puissance des affections morales sur nos maux physiques. Je n'éprouvais rien du côté de l'estomac dans ce moment; je pouvais me redresser

sur mon hamac, mes yeux même cherchaient des objets dans l'ombre; j'aurais pu alors descendre de ma couche sans craindre le vomissement, si, durant un roulis aussi violent et d'aussi terribles coups de mer, il était possible de se tenir debout. Pendant cet effroyable contretemps, je ne pris aucun aliment, et mon estomac n'en éprouvait nullement le besoin.

Le 16, le vent faiblit un peu, on put mettre quelques voiles et courir la mer. On entr'ouvrit le pont, et l'air pénétra dans ce cloaque où hommes, animaux, tout était enfermé. Il me serait difficile de donner une idée de l'odeur qui s'en exhalait. Ce jour-là, un bouillon maigre, que je pris sans éprouver de nausées, me donna l'espoir que je pourrais monter sur le tillac sans crainte; mais il me fut impossible d'y rester; ma vue se troubla bientôt, j'eus des nausées; je rentrai aussitôt, et, en me mettant dans le hamac, je rejetai ce que j'avais pris. Jusqu'au 18 au matin, où nous longions la côte et nous nous dirigions vers le port, je restai couché sans prendre autre chose que quelques gorgées de limonade; je montai alors sur le tillac: la mer s'était calmée, l'air était frais, le ciel serein; quelques nausées m'incommodèrent, mais je n'eus point de vomissemens; enfin nous entrâmes au port. Dès que le vaisseau fut à l'ancre, tout malaise cessa; j'éprouvais une faiblesse considérable, due à la longue privation d'alimens. Deux bouillons gras, que l'on me fit prendre quelques heures avant dîner, me rétablirent. A dîner, je mangeai comme tout le monde, et je me trouvai assez de force pour gagner la ville, qui se trouvait à une demi-lieue de là.

Vertiges, nausées, vomissemens, cardialgie, angoisses, état d'anéantissement qui fait qu'on verrait la mort avec la plus grande indifférence, je dirais même avec plaisir, tels sont les principaux symptômes qui caractérisent le mal de mer, et auxquels j'ai été en proie pendant sept jours. Qui peut donc produire une révolution si soudaine dans un corps plein de santé? Qui peut causer subitement un désordre si considérable dans l'économie?

Ce n'est certainement pas dans l'air atmosphérique, à qui on a

attribué une influence miasmatique, que nous trouverons la solution de cette question, car les mêmes phénomènes se représentent sur les lacs, les rivières, etc. Est-ce dans la fixation des regards sur certains objets, sur la côte, par exemple? En effet, lorsqu'on s'éloigne du rivage, on voit celle-ci s'étendre, à mesure que l'on gagne le large; les objets qui d'abord paraissaient éloignés semblent se rapprocher de plus en plus. Cette mobilité apparente produit un vertige qui fait que tout semble tournoyer, et les nausées ne tardent pas à se déclarer. Seraient-ce les odeurs qui s'exhalent du navire, surtout celle du goudron? Les personnes dont les facultés olfactives sont très-impressionnables ne peuvent quelquefois résister à cette odeur; elle seule, chez des individus qui ne seraient nullement incommodés du ballottement du vaisseau, suffirait pour déterminer des nausées et même des vomissemens. Pour moi, elle est tellement répugnante, que lorsque, me promenant sur le bord de la mer, je passais près d'un lieu où l'on préparait cette matière, j'éprouvais toujours des maux de cœur, et plus d'une fois je me suis vu sur le point de vomir. Trouverons-nous une cause du mal de mer dans cette persuasion qu'ont certaines personnes, en venant à bord, qu'elles vomiront? dans cette espèce d'attente ou d'espoir, unique effet de la crainte que l'on en conçoit? Enfin, est-ce l'agitation du navire qui le produit? Nous penchons pour ce dernier avis, et nous regardons les autres causes comme auxiliaires. La vacillation apparente des objets est subordonnée aux mouvemens du navire; l'odeur du goudron produit cet effet à terre comme à bord. Quant à la persuasion où sont les individus qu'ils auront des vomissemens, elle ne saurait produire cet effet sans l'agitation du vaisseau. Combien de fois, plein de cette idée, suis-je allé me promener en mer! Lorsque celle-ci était calme, que le canot ne ressentait d'autres secousses que celle que lui imprimait la rame, je n'avais aucune nausée; j'en éprouvais toujours lorsqu'elle était grosse, et le canot fortement ballotté par les flots. Comme cause, elle ne pourrait que décider plus tôt les vomissemens, qui n'auraient pas lieu, du reste, si le bâtiment restait immobile.

Le vaisseau éprouve deux mouvemens bien distincts : celui qui a lieu d'arrière en avant, lorsqu'il monte et descend sur la lame qui le soulève ; on l'appelle *tangage ;* celui qui se produit lorsqu'il s'incline à droite ou à gauche, c'est le *roulis.* Parmi les personnes qui se trouvent indisposées de ces balancemens, les unes supportent mieux le tangage, les autres le roulis ; d'autres sont également incommodées de l'un et de l'autre. Mais généralement c'est du tangage que l'on souffre le plus. Quelle horrible constriction barre la région épigastrique ! quelle pénible suspension de la respiration ! quel malaise inexprimable on éprouve, lorsque le vaisseau descend sur le dos de la vague qui l'a élevé ! Quelques individus ressentent aussi plus de gêne lorsque le mouvement est doux que lorsque la mer est houleuse et le ballottement violent, *et vice versâ.* Dans ce dernier cas, où généralement le mal de mer est plus fort, les marins les plus consommés n'en sont pas quelquefois exempts. J'ai vu un officier de marine qui vomit constamment dans un gros temps. Pendant la traversée que j'ai faite, presque tous les matelots ont vomi.

Mais si le balancement du navire est la cause occasionelle du mal de mer, et que les autres ne soient qu'auxiliaires, comment agit-il sur l'économie ? quel rapport y a-t-il entre cette cause et son effet ? quel est, en un mot, son mode d'action ? M. *Gilchrist* admet un agacement des nerfs optiques que produirait la vacillation des objets ; mais M. *Gilchrist* ne prendrait-il point ici la cause pour l'effet ? ne serait-ce point plutôt la modification de la sensibilité de ces nerfs, le trouble déjà produit de la vue, qui causerait cette vacillation apparente ? se forme-t-il une congestion légère au cerveau ? Voici ce que dit à cet égard M. *Keraudren :* « La prétendue affection du cerveau n'ayant rien de réel, on est dispensé de l'attribuer soit à la transmission du mouvement, soit à la pression qu'exercerait sur l'encéphale une plus grande quantité de sang. La douleur de tête qui existe communément doit être regardée comme sympathique. » Je suis loin de partager l'opinion de l'auteur que je viens de citer : cette céphalalgie, ainsi que les étourdissemens, loin d'être sympathiques, existent déjà

lorsque les nausées, la cardialgie, les vomissemens se produisent : ces phénomènes seraient bien plutôt sympathiques de cette affection. Elle n'est point prétendue, comme le dit M. *Keraudren;* elle n'est que trop réelle. Le trouble de la vue ne vient qu'après cet embarras du cerveau, cet étourdissement, qui indiquent une légère congestion; ce trouble annonce déjà une aberration de l'influx nerveux irradiant du cerveau malade. M. *Keraudren* observe que si cette congestion avait lieu, on rencontrerait cette rougeur vive et foncée qu'occasione l'ascension du sang vers le cerveau, et qu'au contraire on ne voit que des figures pâles et inanimées, des traits abattus, indice d'un état contraire. A cela, je répondrai que si l'on observe les malades au moment où le mal de mer commence à se déclarer, on trouvera les symptômes d'une légère congestion; on remarquera cette coloration de la face au moment où l'on ressent cette chaleur intérieure que j'ai indiquée courir dans tous les membres et monter au visage; mais si l'on ne tient compte de l'état du malade qu'au moment où il va vomir, c'est-à-dire au moment où la violence de l'affection sympathique peut avoir détruit ou masqué l'affection primitive, sans doute on ne verra plus que cet état d'abattement, de défaillance, qui précède tout vomissement.

Cependant, est-ce à cette congestion que nous devons attribuer la série de symptômes que présente le mal de mer? Je ne le pense pas; elle n'en est pour ainsi dire que le signal; un autre effet du balancement du vaisseau, qui déjà a produit cette congestion, fait le reste. Quel est cet autre effet?... Arrêtons-nous; chaque fois que l'homme voudra sonder la nature, lever le voile de ses secrets, établir la connexion intime des causes avec les effets, il ne fera qu'errer dans le vague des conjectures : heureux quand son imagination égarée ne fera pas trop ressortir la faiblesse de son esprit et l'étroitesse de ses conceptions! Mieux vaut avouer son impuissance, dire, avec M. *Keraudren*, que la cause du mal de mer est toute nerveuse, que d'aller, à l'exemple de M. *Wollaston*, pour expliquer certains phénomènes, comparer le corps humain à un tube barométrique et à la colonne

de mercure qu'il contient, comme s'il pouvait y avoir parité entre un corps inerte soumis aux lois de la pesanteur, lois mathématiquement calculées, invariables et parfaitement connues, et un corps subordonné aux lois incalculables et impénétrables de la vitalité.

Je passe aux prédispositions que l'on peut apporter pour contracter le mal de mer. Peu de personnes sont exemptes de payer ce cruel tribut; les animaux même y sont aussi sujets que l'homme; le tempérament, la constitution, le genre de vie, excepté celui des gens de mer, rien n'en préserve; et si nous ne pouvons savoir à quoi ceux qui ne l'éprouvent pas doivent cette prérogative, on sent qu'il sera difficile d'indiquer les prédispositions. Cependant, sans rien dire d'absolu, on peut penser qu'en général les individus qui ne peuvent walser, aller à la balançoire ou à l'escarpolette sans éprouver un tournoiement de tête, des vertiges; ceux qu'incommodent le mouvement des charrettes et des voitures, sont plus susceptibles d'en être fatigués; mais ceux-là surtout m'y paraissent prédisposés, qui ne peuvent supporter aucun de ces mouvemens. Si j'en juge par moi-même, je crois que ces derniers souffrent plus long-temps que les autres, s'y habituent difficilement, et même point du tout. Je ne veux pas dire que ceux qui n'en sont nullement indisposés soient à l'abri du mal de mer, seulement ils s'y habituent plus facilement; il leur suffit quelquefois de vomir deux ou trois fois, et ils sont habitués.

Avant de passer au traitement de cette affection, je dirai deux mots du prognostic. Il est peu alarmant: généralement on s'habitue promptement au mal de mer, et chez les personnes qui ont de la peine à en contracter l'habitude, ou qui ne peuvent y parvenir, il est rare qu'il se termine d'une manière défavorable; cependant on conçoit qu'il prendrait un caractère grave chez un individu qui aurait un voyage de longs cours à faire, et dont l'estomac ne saurait garder la plus petite parcelle de nourriture.

Quels moyens a-t-on employés pour préserver de cette maladie ou pour la combattre?

On a d'abord conseillé, comme moyen préservatif, de se tenir près

du centre de gravité du navire; mais ce centre varie dès que le vaisseau vacille, et quoique les mouvemens soient moins violens, ils n'en existent pas moins, et sont suffisans pour produire des vertiges et des nausées.

Que penser du spécifique de l'école de Salerne?

Nausea non poterit quemquam vexare marina
Undam cum vino mixtam qui sumpserit antè.

Comme si ce mélange d'eau de mer et de vin ne serait pas seul capable de causer le mal de mer! Le seul préservatif, dit M. *Keraudren*, est l'habitude. C'est vrai: mais il faut l'acquérir; et, pour l'acquérir, il faut avoir le mal de mer.

Quant aux médicamens auxquels on a eu recours, on a, pour ainsi dire, tout mis en usage, acides, toniques, antispasmodiques, narcotiques, excitans, etc.; tels que le sirop de limon, le suc d'orange ou de citron, les alcohols d'absinthe, de cannelle, etc.; l'eau thériacale, l'élixir de *Myusicht*, de *Garus*, la teinture de mars, l'éther sulfurique, le castoréum, le musc, l'opium. On a encore conseillé les applications aromatiques et fortifiantes, les emplâtres, linimens, épithèmes de même nature; ajouterai-je le sachet de safran sur l'épigastre, préconisé par *Bacon?* Ces médicamens sont encore administrés, soit pour prévenir, soit pour combattre la maladie. Dans le premier cas, je répondrai, avec M. *Keraudren*, que la cause mécanique des vomissemens ne cède point à l'action des médicamens, et si on empêche le malade de vomir, son état n'en est pas pour cela meilleur; le moment le plus pénible, ainsi que le fait remarquer le même auteur, n'est pas celui du vomissement: ce sont les phénomènes précurseurs; ce sont ces étourdissemens, ces nausées, ce ptyalisme, cette épigastralgie, ces tiraillemens d'estomac, qui torturent et épuisent le malade. Loin donc d'empêcher le vomissement, il faut quelquefois le provoquer; l'on y parvient facilement en faisant fixer les regards sur les vagues qui glissent le long du navire.

Cette difficulté de vomir provient quelquefois de l'état de vacuité de l'estomac. Le malade souffre alors considérablement, et ce n'est qu'avec des efforts inouïs et de terribles angoisses qu'il parvient à rejeter quelques mucosités. Dans le cas où ces médicamens sont donnés pour arrêter les vomissemens, je crois que leurs effets ne sont pas bien marqués, s'ils ne sont aidés d'une position convenable du malade, position que j'indiquerai plus bas.

M. *Vasse*, inspecteur de l'Académie d'Aix, dans un mémoire qu'il lut à la Société académique de Toulon, propose la compression abdominale. L'essai en fut fait par M. *Legrand*, chirurgien-major des vaisseaux du roi, habituellement indisposé en mer; il s'en trouva très-bien. La dissertation de M. *Keraudren* sur ce sujet, dans laquelle j'ai pris connaissance de ce moyen, m'était inconnue lors de mon embarquement. Je n'ai pu en faire l'essai sur moi-même; mais, dit M. *Keraudren*, d'après un grand nombre d'expériences qui ont été faites, elle paraîtrait être le plus sûr moyen de modérer les accidens du mal de mer.

Certaines personnes conseillent de fumer : je crois que celles qui n'en ont pas l'habitude feraient très-mal de le faire : on connaît les effets de la nicotiane sur le cerveau : que l'on ajoute donc son action aux causes du mal de mer. D'ailleurs, beaucoup d'individus répugnent à l'odeur du tabac : ce serait fort imprudent de vouloir faire surmonter cette répugnance dans une circonstance si peu opportune. Enfin, plusieurs de ceux qui étaient à bord avec moi avaient habitude de fumer; n'étant nullement indisposés de la secousse du navire, ils éprouvaient des nausées dès qu'ils prenaient la pipe; ils avaient besoin, me disaient-ils, d'une espèce d'habitude de la mer, qu'ils acquéraient en vingt-quatre ou quarante-huit heures, pour en faire usage sans incommodité. D'après cela, si ceux qui sont habitués à fumer ne peuvent le faire, on ne saurait le conseiller à ceux qui d'habitude ne font point usage du tabac.

Puisque ce mal est inévitable, dit M. *Keraudren*, ne vaut-il pas

mieux s'y soumettre pleinement, et le laisser épuiser toute son énergie pour être dispensé de l'éprouver, au moins à un certain degré, en d'autres circonstances ? J'avoue que je ne comprends pas ce conseil de M. *Keraudren;* force est bien de se soumettre, et les efforts que l'on ferait pour y résister ne feraient que prouver davantage notre impuissance. De plus, quel que soit notre abandon à la douleur, ce mal ne s'épuise pas, mais il épuise bien les organes, et le malade finirait par devenir sa victime s'il n'employait contre lui que cet abandon.

Tels sont les moyens indiqués contre ce terrible mal. Voici la conduite que je conseille de tenir à ceux qui n'ont point encore voyagé sur mer : l'expérience prouvant que les vomissemens sont d'autant moins pénibles et plus faciles lorsqu'on a mangé un peu que lorsque l'estomac est vide, il faudra prendre quelques alimens avant de venir à bord. La curiosité, naturelle à l'homme, porte le voyageur à contempler ce qui se passe autour de lui, lorsque le vent commence à pousser le vaisseau ; en effet, cette masse de liquide d'une immense étendue, ce tableau mobile de l'ondulation des vagues, ce rivage dont les différens points semblent se rapprocher, se réunir, à mesure que l'on s'en éloigne, pour se présenter sous le même coup d'œil, cette onde qui bouillonne le long des flancs du navire, ce long sillon qu'il laisse tracé derrière lui, présentent un spectacle d'autant plus piquant qu'il est nouveau pour lui. La curiosité dans cette circonstance est bien excusable ; j'engage donc le voyageur à céder au désir qu'il a de la satisfaire ; il jouira plus à l'aise de cette perspective lorsqu'il sera habitué à la mer. Une fois à bord, et le vaisseau à la voile, il se couchera sur le tillac, fermera les yeux et cherchera le sommeil, qui ne tardera pas à s'emparer de lui; rien ne le favorise plus que ce bercement inaccoutumé: il restera indifféremment couché sur le côté ou sur le dos, mais de manière à avoir la tête élevée. Si la mer est calme, la brise legère, il est très-possible que le mal de mer se borne à quelques nausées. Cette conduite, dans ma dernière traversée, m'a

préservé de tout vomissement. Dans le cas où le malade vomit, faut-il suivre le conseil de ceux qui vous disent : « Mangez, votre mal passera? » Ce conseil est mauvais, et souvent impossible à suivre : mauvais, parce que vous donnez matière aux vomissemens; impossible, car l'estomac se refuse déjà à recevoir un aliment que vous lui apprêtez avec répugnance par la mastication. Lorsque les vomissemens ont eu lieu, il faut laisser reposer l'estomac de la secousse convulsive qu'il vient d'éprouver; que le malade prenne quelques gorgées d'eau sucrée et aromatisée avec l'eau de fleurs d'oranger, et dans laquelle on peut ajouter quelques gouttes d'éther sulfurique ; qu'il exerce la compression conseillée par M. *Vasse*, et qu'il reste toujours dans la position que nous avons indiquée. S'est-il écoulé quelques heures sans vomissement, on peut et l'on doit même essayer des alimens; si on attendait que l'estomac le désirât, on pourrait attendre très-long-temps, et cette abstinence produirait une faiblesse peu propre à faire surmonter le mal. Qui de nous, après quelques jours de repos et de diète qu'a nécessités une maladie quelconque, n'a éprouvé cet étourdissement, ce tournoiement de tête, résultat de la faiblesse, en mettant pour la première fois le pied hors du lit? Que l'on juge ce qu'elle doit produire sur le vaisseau, où ses effets sont si favorisés. On doit donc essayer de prendre des alimens malgré l'absence de l'appétit; souvent le malade sentira en mangeant disparaître ses nausées. C'est ce dont j'ai fait l'expérience; je mangeai avec plaisir une soupe, que j'avais d'abord refusée dans la crainte de vomir, et les nausées que je ressentais auparavant se dissipèrent à mon grand étonnement, dès que j'en eus pris trois ou quatre cuillerées. Mais pour prendre son repas, le malade se gardera bien de descendre dans l'entrepont : il y éprouverait bientôt des vertiges produits par l'odeur qui s'en exhale et la vacillation des objets. Il restera sur le tillac, et gardera sa position. Quant au breuvage, la boisson qui conviendra le mieux au goût du malade est celle qu'on lui donnera de préférence; il ne peut y avoir de règles fixes à cet égard : tel breuvage plaît à l'un qui répugne

à l'autre. Avant tout, il faut que ce que l'on ingère soit pris sans répugnance; il faut éviter de boire en trop grande quantité, et ne pas satisfaire sa soif, qui quelquefois est très-vive.

Après un ou deux jours, plus tard, si l'on ne peut encore supporter les alimens, le malade cherchera à se tenir debout sur le tillac; il y fera quelques pas; et, si les nausées le reprennent, il se remettra dans sa position. C'est la nuit surtout que je conseille ces tentatives; les yeux alors ne peuvent se fixer sur aucun objet, on s'aperçoit moins du mouvement du vaisseau; du moins c'est ce que j'ai éprouvé. Il est inutile de dire que si la mer est houleuse, le malade attendra qu'elle se soit calmée pour faire ces sortes d'essais. Heureux si dans ces circonstances il n'est pas obligé de se renfermer dans l'entrepont, où les causes énumérées plus haut produisent les vomissemens, qui n'auraient pas paru ou reparu s'il fût resté exposé au grand air sur le tillac. C'est ainsi, je pense, que peu à peu l'on peut parvenir à s'habituer à la mer.

La position horizontale, l'occlusion des paupières, l'exposition au grand air, la compression abdominale, tels sont les moyens que je conseille, sinon pour préserver toujours du mal de mer, du moins pour en modérer constamment la violence. Ce sont ces précautions, excepté la compression abdominale, qui m'ont mis à l'abri de tout vomissement lorsque je m'embarquai de nouveau pour revenir en France. On peut joindre à ces moyens la respiration de quelque odeur forte qui corrigerait la mauvaise impression que produit celle qui s'exhale de tous les points du navire, telle que le vinaigre radical, l'éther sulfurique, l'eau de Cologne, etc. Souvent, dans un moment d'orage, la vue du danger produit une impression forte, qui fait diversion aux douleurs, détermine une distraction favorable; on sent alors disparaître tout malaise. J'ai éprouvé cet effet, ainsi que je l'ai rapporté plus haut.

Un phénomène constant ou presque constant, chez ceux qui n'ont pas l'habitude de la mer, c'est la constipation. Pour moi, je suis resté neuf jours sans aller à la selle. Lorsque après deux ou trois jours le

malade s'est présenté vainement à la garde-robe, ou qu'il n'éprouve nul besoin, il ferait très-bien de prendre quelques lavemens émolliens.

Il n'est point, comme l'on voit, de spécifique contre le mal de mer. La médecine se borne à donner quelques conseils puisés plutôt dans l'hygiène que dans la matière médicale.

FIN.

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Cùm morbus in vigore fuerit, tunc vel tenuissimo victu uti necesse est. *Sect.* 1, *aph.* 8.

II.

In exacerbationibus cibum subtrahere oportet : exhibere enim noxium est. *Ibid.*, *aph.* 11.

III.

Paulò deterior et potus et cibus, jucundior autem, eligendus potiùs quàm meliores quidem, sed ingratiores. *Sect.* 2, *aph.* 38.

IV.

Qui vomituri sunt, priùs illi salivant. Hipp., *Coacarum* lib. 3, n°. 631.